

















## تقوية البدن وتربيته

• صحة الأطفال •

### (الحلقة الثالثة)

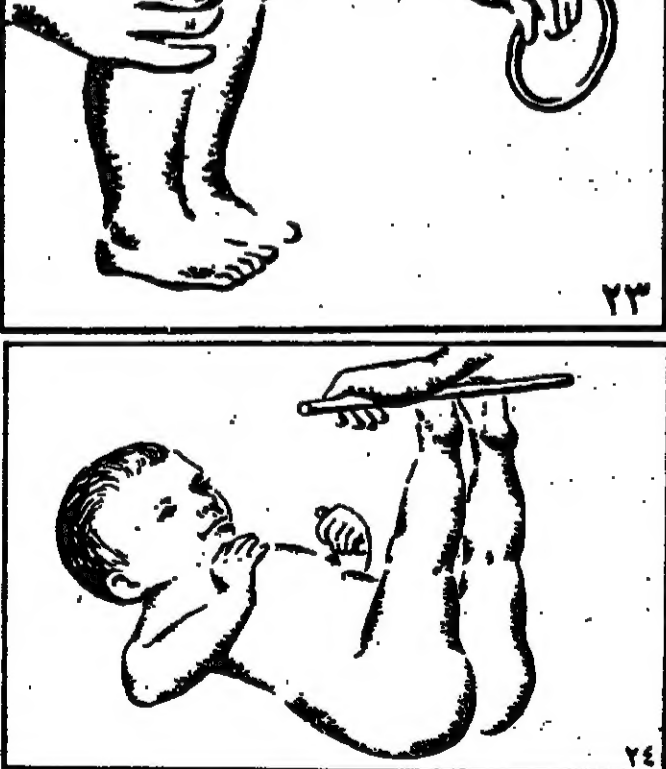
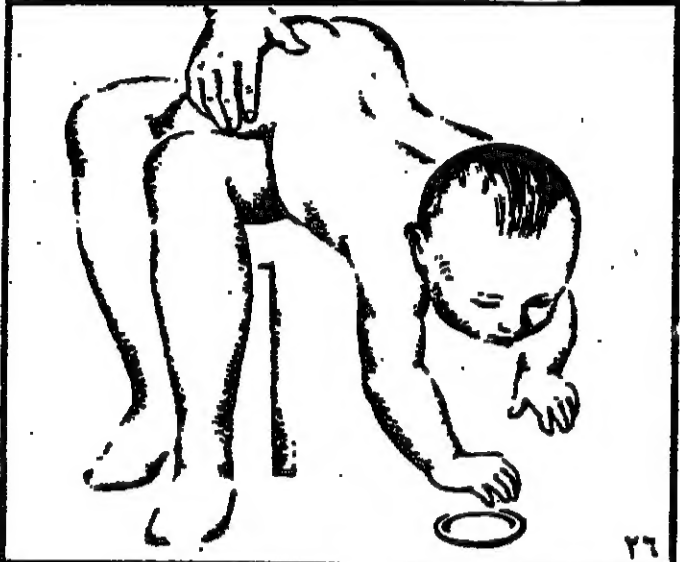
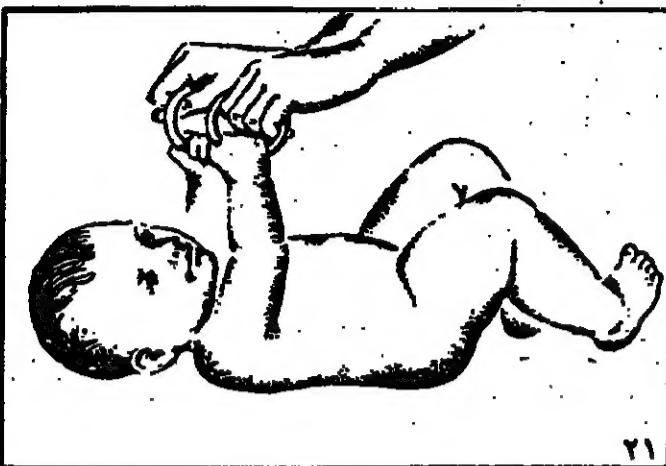
يغني له بعض الأغاني اللطيفة، ومن المفيد أن يجري تذكير الطفل ومعه غاربه الرياضية بعد الحمام المائي.

وحينما يستلقي الطفل غامه الأول، فمن المرجح أن طوله زاد خلال اثني عشر شهرا مقدرا (٢٥) سنتيمترا، وزاد وزنه بما يقرب من ثلاث مرات على وزنه ساعة الولادة، وظهرت له ثمانية أسنان، وهو في مظهره قوي سوي صحيح البنية، يشي معتمدا على نفسه، ويستطيع أن يجلس ويقوم من دون سند يدعّمه، وأن يتنقل أو يتنقل بعشر كلمات أو خمس عشرة كلمة بسيطة، وأن يفهم ما يقال له، كما يستطيع أن يستمع في اهتمام، ويرى في ابتهاج ويلعب في نشاط وحفاة وقتا طويلا.

لما أعظم السعادة يشهد هذا الطفل، ولكنكم تدرّكون جيدا أن قضية التربية تحتاج إلى جهود جديدة منكم ومستطوي على تعديلات أخرى، ولن يسر كل شيء في سهولة.

وأعيد الآن ما نصحت لكم به، وهو أن تشبهوا في البيت أجواء هادئة ينعم بها الطفل وكل أفراد الأسرة، فإن هذا يساعدكم في تنشئة الطفل قويا سويا صحيحا معتمدا بالاعتماد، واستشبهوا في أكثر التسلية صديقكم الطيب - الطبيب!

(من كتاب "صحة الأطفال" - د. س. شويبيك - صادر عن دار "سيرة للنشر" - موسكو)



## بالتعاون وبالروح الرياضية نستطيع دفع فريق هـ الطيبة لكرة القدم الى الأمام

■ تقرير: عيد القادر ظاهر ■

الموضوع إلى الجلسة المقبلة في ١٩٨٦/٨/١٨.

إن مصلحة فريق الطيبة تتطلب توفير كل الطاقات والإمكانات المحلية لدعم الفريق وكذلك ضمان إشراف مجلس العمال ولجنة الرياضة المنتهية عنه والمؤسسة أمامه من المجالات الرياضية التابعة له.

ان كل محاولة للتغاضي عن ذلك أو الانشغال عليه بالطرق الباطنة سوف يكون مصيرها الفشل وستتطلب على رؤوس اصحابها أن ياتوا بمواقفهم ومطالباتهم التي يسيرها العبد للجهة التي يحكم مسؤولياتها أمام الجماهير ويوجب قرارات مجلس العمال بترأس اللجنة في الموضوع أن جلسة قادمة وذلك بصحوة على أصوات الكتلين المذكورين من أجل تثبيت التراجع بالتأجيل، أي يعني آخر الاستمرار بالتصويت والمشاركة وقد تأجلت اللجنة في الفريق داخل مجلس العمال.

حول فريقهم القتالي.

برز ذلك في جلسة مجلس عمال الطيبة التي عقدت يوم ١٩٨٦/٨/٥ حيث أعلن السكرتير أمام الأعضاء بأنه يتحمل المسؤولية كاملة مع أن هذا القرار يضرب بعرض الحائط قرارا سابقا اتخذ في المجلس فيما يخص الإشراف على الفريق وتسيير أموره.

ومن الجدير بالذكر أن السكرتير يحظى بتأييد كثافي فرائس (عضو واحد) وحركة النهضة في المجلس حيث تكونان عملا مساعدا له في محاولاته لتكريس الوضع الحالي وفرض الأمر الواقع لاقتسامي. وقد تم ذلك في التصويت الذي جرى في ختام الجلسة المذكورة أعلاه، حيث استطاع السكرتير أن يوجع اللجنة في الموضوع أن جلسة قادمة وذلك بصحوة على أصوات الكتلين المذكورين من أجل تثبيت التراجع بالتأجيل، أي يعني آخر الاستمرار بالتصويت والمشاركة وقد تأجلت اللجنة في الفريق داخل مجلس العمال.

هذا وترتجعه السكرتير إلى الإدارة السابقة لمس منها الاعتراض على خطة العمل والمشاركة على قائمة أسماء الإدارة المقترحة من قبل المجلس. فما كان من المذكور إلا أن انضم إلى موقفها متساندا ما أقر في الجلسة المذكورة أعلاه وأطلق لها حرية التصرف في العمل الإداري بشكل مطلق خلافا لكل ما أقر في المجلس ويبدو أن يرى أن الواجب يحتم عليه العودة إلى المجلس والتنازل في الأمر مع الأعضاء حتى أن اللجنة الرياضية المنتهية عن المجلس لم تعلم بالأمر.

وهكذا ولدت فترة تزيّد عن شهرين ترك الحبل على الغارب.

إن الخطورة التي خطأها هؤلاء فرقت واقعا بيننا وبينهم وبين المسؤولية تقع وقيل كل شيء على سكرتير مجلس العمال الذي يأمر بأمر معارضة عليا وبسببته بذلك تم المراهق حيث لم يرق لمحة جارية وأهالي الكلية في التفاهم

● أقر مجلس عمال الطيبة خطة عمل لادارة شؤون فريق هـ الطيبة لكرة القدم.

في جلسته المنعقدة يوم ١٩٨٦/٧/٤ حضر مجلس عمال الطيبة نتائج الموسم الكروي للثلاث (٨٥ - ١٩٨٦) وأقر خطة عمل جديدة لادارة شؤون فريق كرة القدم الذي سيبدأ مسيرته في الدرجة الأولى لهذا العام.

وكان قد أقر سكرتير مجلس العمال مهمة الاتصال مع إدارة الفريق التي عثت في الموسم الثالث بفتح أفاقها بصحوة التجاوب والتكاتف من أجل مباشرة العمل الإداري وتحضير الفريق تحضيرا جيدا للموسم المقبل.



الدرب ستيفن فرنكي من ديانو لايزينغ في ألمانيا الديمقراطية يشرف على إعداد جيل جديد من المصارعين الفتيان الواعدين في الصورة (الدرب مع اثنين من مجموعة تضم ثلاثين مبتدئا، يالغا).

## رياضة السباحة

● د. وليم شحادة ●

إن إقناع رياضية السباحة بأنواعها المختلفة (سباحة الظهر والسباحة والفراسة) تعتبر هدفا رئيسيا في التربية البدنية هذا الاثنان هذه الرياضة الصحية لا يعني فقط القدرة على العوم والسباحة الصحيحة، بل هناك قدرات أخرى يتوجب على الرياضي إتقانها والتي بدونها تبقى سباحة غير ناجحة وغير مرضية ويمكن أن تشكل خطرا على حياته.

على كل سباح إتقان القفز الراسي الصحيح، هذا القفز يعتبر شرطا أساسيا للوصول إلى نتائج رياضية عالية خاصة في الممارات والمبارلات الماراة الرياضية تبدأ منذ ترك الرضيع منصة القفز وكثيرا ما تكون هذه القفزة مقررة في النتيجة النهائية.

الرسم البياني رقم (١) يظهر حالة السباح قبل القفز المائي الراسي. كما يظهر في الصورة نجد أن الرجلين تقفان ممدودتين بعضهما، اليدين ترجعان باستقامة إلى الوراء والركبتان تقومان بنبضة شديدة لكي يستطيع السباح القفز إلى أعلى.

الرسم البياني رقم (٢) يظهر حالة الجسم في الهواء. السباح يتأقن في القفزة الممدودة التي تظهر في الرسم البياني رقم (٣). هذه القفزة تعتبر ضرورية لأهليتها العالية وهي تقف كأحد من الإمكانات العالية في القفزة الممدودة.

الرسم البياني رقم (٤) يظهر حالة الجسم في الماء. السباح يتأقن في القفزة الممدودة التي تظهر في الرسم البياني رقم (٥). هذه القفزة تعتبر ضرورية لأهليتها العالية وهي تقف كأحد من الإمكانات العالية في القفزة الممدودة.

● على شرف المؤتمر الـ ١٧ للحزب الشيوعي في منطقة الناصرة: مهرجان رياضي في كفرمندا

● الناصرة - من مكتب «الأخبار» - نظم فرع الحزب الشيوعي في كفرمندا يوم السبت ٨/٨/٨٦ مهرجانا رياضيا في لمة تنس الطاولة وذلك على شرف المؤتمر السابع عشر للحزب الشيوعي في منطقة الناصرة وشارك في المهرجان العديد من لاعبي التنس في القرية. افتتح المهرجان الرقيب عبد الكريم شتاوي مرحبا بالمشاركين ومشيدا بأهمية هذه اللقاءات. واختتم المهرجان الرقيب إبراهيم بشناق بتهنئة جميع الفائزين وتسلمهم الجوائز.

● تموز عام ١٩٨٦. ألعاب «النوايا الطيبة» المندرج الأولمبي في كرياتسكي

● السباق الجماعي النهائي لمسافة ٤٠٠٠ متر منع القفزة لراكبي الدراجات السوفيت مرة أخرى، لظهور مدى زيادة سرعتهم المستمرة.

● الفائزون - تشنسلوف، يكيوف، وسرجي خيلنكي والكنستر كراستوف وفاسيلي شينونوف حققوا من جديد نتيجة رائعة - (٤) دقائق و(١٢.٤١) ثانية. وهذه أفضل نتيجة حققوها وهم على أبواب المسابقة العالمية.

(خاص بـ «الأخبار» - وكالة فرانس برس)



